

Mam, Ini Pentingnya Stimulasi untuk Perkembangan Otak Anak Pada 2 Tahun Pertama Kehidupannya

MAR 5, 2021

Di usia 2 tahun pertama, perkembangan otak si Kecil terjadi paling pesat. Oleh karena itu, Mam perlu mengetahui pentingnya dan cara menstimulasi otak si Kecil agar tumbuh kembangnya optimal.

Stimulasi untuk merangsang otak anak bisa Mam lakukan setiap kali berinteraksi dengan si Kecil.

Mam, tahukah kalau perkembangan otak anak terjadi paling pesat di tahun-tahun pertama usia si Kecil? Sebutan Golden Age, atau periode emas pada perkembangan anak terjadi saat si Kecil berada dalam periode sejak lahir hingga berusia 2 tahun. Kenapa disebut periode emas? Karena di usia inilah perkembangan si Kecil terjadi dengan sangat pesat sehingga tumbuh kembangnya harus diperhatikan dengan secermat mungkin.

Periode golden age menjadi waktu yang penting untuk mengoptimalkan perkembangan otak anak. Di masa-masa ini, si Kecil sangat mudah menyerap dan menerima berbagai rangsangan untuk otaknya. Si Kecil juga cepat belajar hal baru dan mudah meniru apa yang dilakukan orang-orang terdekatnya. Apapun yang terjadi di periode penting ini akan berpengaruh terhadap perkembangan mereka di tahap selanjutnya. Itulah sebabnya, perkembangan otak anak pada periode ini memerlukan stimulasi yang tepat.

Pentingnya Stimulasi Otak yang Tepat untuk si Kecil

Perkembangan otak anak memang sangat dipengaruhi oleh stimulasi-stimulasi yang didapat si Kecil. Setiap kali otak si Kecil mendapatkan stimulus yang baru, maka

otaknya akan menyimpan informasi tersebut sebagai hal baru. Semakin banyak stimulasi perkembangan otak yang si Kecil dapatkan, maka semakin berkembang pula lah otaknya. Oleh karena itu dukungan berupa stimulasi otak yang tepat sejak usia dini, khususnya di tiga tahun pertama kehidupan si Kecil, sangatlah penting.

Bayangkan pemberian stimulasi perkembangan otak si Kecil seperti kegiatan memahat sebuah patung dari kayu. Dengan memahat kayu, maka kayu yang tadinya berbentuk batangan akan berubah memiliki sebuah bentuk yang bisa dipahami. Memahat kayu sekaligus menyingkirkan bagian kayu yang tidak terpakai. Nah, memberikan stimulasi perkembangan otak akan merangkai sel-sel yang merangsang perkembangan motorik kasar, halus, sensorik, dan keseimbangan si Kecil sedangkan tanpa stimulasi maka sel-sel otak akan dipangkas karena tidak digunakan.

Cara Menstimulasi Otak Si Kecil

Untuk menstimulasi otak anak sebenarnya bisa dilakukan dengan cara-cara yang sederhana, misalnya saja pelukan hangat atau bahkan sekadar senyuman. Stimulasi sederhana lain yang bisa diberikan berupa suara, gerakan, meraba, bicara, menyanyi, membaca, menggambar, memecahkan masalah sederhana, merangkai, dll.

Berikan Stimulasi Otak yang Sesuai dengan Usia Anak

Stimulasi untuk merangsang otak anak bisa Mam lakukan setiap kali berinteraksi dengan si Kecil. Lakukan secara rutin dan terus menerus, serta sesuaikan stimulasi perkembangan otak yang Mam berikan dengan usia si Kecil. Stimulasi otak sesuai usia anak yang dilakukan dengan cara menyenangkan akan merangsang perkembangan otak, motorik, sensorik, dan keseimbangan si Kecil. Mengapa stimulasi otak anak harus dilakukan rutin? Karena jika Mam menstimulasi otak si Kecil secara terus menerus, maka otomatis fungsi otak akan bekerja semakin baik.

Berikut beberapa contoh stimulasi yang bisa Mam coba untuk mendukung perkembangan otak si Kecil di tiga tahun pertama usianya.

- Latihan duduk, merangkak, berdiri, melangkah, dll: Sesuaikan stimulasi ini dengan usia si Kecil untuk melatih kemampuan motorik kasar, keseimbangan dan kemandiriannya.
- Menggambar, mewarnai, melukis
- Membaca & Bernyanyi: Ajaklah si Kecil membaca dan juga bernyanyi untuk melatih perkembangan otak anak, konsentrasi, dan kemampuannya berbahasa.
- Mengeksplorasi tekstur: kenalkan si Kecil pada benda yang memiliki berbagai tekstur untuk merangsang kemampuan sensoriknya.
- Menunjukkan kasih sayang: Tatap mata si Kecil saat berbicara dengannya, peluklah dan berikan senyum. Ini akan membentuk sikap si Kecil di masa depan.
- Bermain-main: Mam dan si Kecil bisa memilih permainan yang edukatif untuk

dapat merangsang kemampuan motorik, kognitif, serta sosial. Bermain lempar tangkap bola misalnya.

- Menyebut nama-nama benda dan menunjuknya berulang-ulang: Ini akan membantu perkembangan kemampuan bahasa dan kognitif si Kecil

Di periode emas perkembangan otak si Kecil, peran orang tua sangatlah penting dalam memberikan stimulasi perkembangan otak agar si Kecil tumbuh dengan optimal di masa depan. Saat memberikan stimulasi, salah satu yang harus diperhatikan adalah jangan memaksakan kehendak terhadap si Kecil ya, Mam. Jika si Kecil kesal, marah, bosan, atau menunjukkan tanda-tanda tidak suka dengan stimulasi yang diberikan lebih baik carilah metode stimulasi lainnya. Dengan memberikan stimulasi otak yang menyenangkan, Mam membantu otak si Kecil berkembang dengan lebih baik.

Selain itu, stimulasi perkembangan otak pada si Kecil juga dapat dibantu dengan pemenuhan nutrisi yang baik melalui makanan sehat dan susu tambahan. S-26 Procal Gold dapat menjadi pilihan Mam untuk melengkapi nutrisi si Kecil, karena kandungan dari S-26 Procal Gold ini sendiri dapat membantu mendukung potensi, kemampuan belajar, pertumbuhan, dan daya tahan tubuh si Kecil.

Bagikan sekarang